



545109 - ENT.S. CUSTINES- MALLELOY

Faire ces lacets

ACTION

Nom de l'action

Faire ces lacets

Date de l'action

11/09/2024

Public cible

U10-U13

Nombre de participants

15

Thème de l'action

Engagement Citoyen

Descriptif de l'action

Pendant l'échauffement de l'entraînement des U11, l'entraîneur donnait des consignes aux joueurs qu'ils devaient réaliser. Par exemple, quand l'entraîneur disait "Par 5", les joueurs devaient former des groupes de cinq. Une variante de cet exercice a été apportée : lorsque j'appelais un joueur, celui-ci devait défaire puis refaire ses lacets. En amont, une explication et une démonstration ont été faites.

Commentaire

Action réalisée par le Volontaire Coelho Corentin

Photo(s)

